प्रकाशक

दर्शन योग महाविद्यालय

आर्यवन, रोजड़, पत्रा.–सागपुर, ता. तलोद,
जि.–साबरकांठा (गुजरात) ३८३३०७
दूरभाष : (०२७७०) २८७४१८, २८७५१८
चलभाष : ९४०९४१५०११, ९४०९४१५०१७
Website : www.darshanyog.org
Email : darshanyog@gmail.com
Facebook /Youtube/ Skyape darshanyog

ओ३म्



वानप्रस्थ आश्रम एक सरल चिन्तन

स्वामी विवेकानन्द परिव्राजक

प्रकाशन तिथि : फाल्गुन 2073 फरवरी 2017
सृष्टि संवत : 1,96,08,53,117
लेखक : स्वामी विवेकानंद परिव्राजक
सम्पादक : आचार्य दिनेश कुमार

प्रकाशक
दर्शन योग महाविद्यालय
आर्यवन, रोजड़, पत्रा., सागपुर, ता. तलोद,
जि. साबरकांठा, (गुजरात) 383307
दूरभाष : (02770) : 287418, चलभाष : 09409415011
Email : darshanyog@gmail.com, **Website** : www.darshanyog.org
Facebook/ Skype/ Youtube : darshanyog

मुद्रक :- यश प्रिंटर्स, नरोल, अहमदाबाद

वानप्रस्थ आश्रम में प्रवेश करने की तैयारी

वानप्रस्थ आश्रम एक महत्त्वपूर्ण आश्रम है। गृहस्थ आश्रम का अनुभव लेने के बाद, पचास वर्ष की उम्र बीतने के बाद और संतानों की भी संतान (पौत्र) हो जाए, तब ढलती उम्र में परिवार का दायित्व अपनी योग्य संतान को सौंप कर गृहत्याग कर वानप्रस्थ ग्रहण करने की परम्परा वैदिक काल से चली आ रही है।

इससे ईश्वर और ऋषियों की आज्ञा का पालन होता है। एक ही घर में रहने वाली तीन पीढ़ियों के बीच के आपसी वाद-विवाद, वैर-

विरोध का पक्का समाधान हो जाता है। साथ ही राष्ट्र में फैली हुई बेरोजगारी की समस्या और बढ़ती हुई नगरीय जनसंख्या को कम करने में सहयोग प्राप्त होता है।

वानप्रस्थ आश्रम में उच्च आदर्शों के अनुरूप जीवन ढालने और जिस देश, धर्म समाज में हम पैदा हुए हैं, उसकी सेवा करने का अवसर भी मिलता है।

योग्य-अनुभवी व्यक्तियों की अवैतनिक सेवाएँ समाज व राष्ट्र को प्राप्त होती है।

समाज में निरंतर ज्ञान का प्रसार होता है, अविद्या का नाश होने में सहयोग प्राप्त होता है।

नैतिकता-धर्म, संस्कृति, सभ्यता, आचार-विचार, सुनीति, सुपरम्पराओं का

प्रचार-प्रसार तथा अज्ञान, अन्धविश्वास, पाखण्ड, कुरीतियों आदि का निवारण तथा और भी अनेक पारिवारिक, सामाजिक, राष्ट्रीय समस्याओं का समाधान भी वानप्रस्थ की परम्परा से होता है।

गुरुकुलीय शिक्षा प्रणाली के प्रचार-प्रसार हेतु आवश्यक योग्य आचार्यों, अध्यापकों, प्रबन्धकों की सहज पूर्ति भी इससे होती है।

वानप्रस्थ आश्रम की आदर्श दिनचर्या का पालन करने से विद्या, तपस्या, सेवा, सत्संग, त्याग, ध्यान-उपासना आदि के माध्यम से कुसंस्कारों को दबाने और नष्ट करने और सुसंस्कारों के निर्माण में सहयोग मिलता है।

इससे मन के विकार दूर होते हैं, मन में निर्मलता आती है। यह निर्मलता संन्यास के लिए भूमि का काम करती है।

सांसारिक राग-द्वेष से रहित शान्त, संतुष्ट सुखी रहने की आवश्यकता भी पूरी होती है। साथ ही, व्यक्ति को अगले जीवन की तैयारी के लिए सुअवसर प्राप्त होता है।

वानप्रस्थ आश्रम में प्रवेश करने की तैयारी के रूप में घर रहते हुए अपनी दिनचर्या वैदिक ढंग से निभाना, जिसमें मुख्य कर्तव्य इस प्रकार से हैं.

1. रात्रि को 10 बजे तक सो जाना और सुबह 4 बजे उठ जाना।
2. संस्कृत भाषा, साहित्य, वेद, दर्शन,

उपनिषद् आदि शास्त्रों का पठन-पाठन, स्वाध्याय आदि करना।
3. वैराग्य को बढ़ाना, परिवार वालों के साथ मोह कम करना।
4. आवश्यकतानुसार आयुर्वेदिक चिकित्सा पद्धति से खान-पान करते हुए अपने शारीरिक स्वास्थ्य को ठीक रखना। अपनी शक्ति के अनुसार प्रतिदिन थोड़ा शारीरिक व्यायाम और सैर आदि करना।
5. वैदिक विद्वानों के उपदेश श्रवण करना, उनके साथ शंका समाधान करना. तथा सज्जनों का संग करना।
6. श्रवण किये उपदेश तथा स्वाध्याय किये विषयों पर गहराई से चिन्तन-मनन करना तथा आत्म निरीक्षण करना।

7. प्रातः-सायं प्रतिदिन दैनिक अग्निहोत्र करना। यदि दोनों समय अग्निहोत्र संभव न हो, तो एक समय करना।
8. प्रतिदिन प्रातः-सायं एक-एक घण्टा ईश्वर की उपासना करना। प्राणीमात्र के लिये मंगल कामना करना।
9. व्यक्तिगत दिनचर्या में सावधानी रखना और सामाजिक व्यवहार सरल, गम्भीर और मधुर रखना।
10. प्रतिदिन एक घण्टा श्रमदान / परोपकार / सेवाकार्य करना.
11. पारिवारिक जनों एवं स्नेहीजनों के साथ व्यवहार सीमित और संयमित रखना। तपस्यामय आस्तिक जीवन जीना।

12. धन कमाने के उद्देश्य से व्यापार, व्यवसाय आदि कोई नया कार्य नहीं करना। (बैंक में रखे हुए धन से यदि ब्याज मिलता हो, तो उसका निषेध नहीं है। वह तो ले सकते हैं.)

जब परिवार वालों से मोह कम हो जाये, तथा घर छोड़ने का पूरी तरह से मन तैयार हो जाये, तब विधिवत् वानप्रस्थ आश्रम में प्रवेश करना चाहिये. वानप्रस्थ आश्रम में प्रवेश करने के बाद, घर में नहीं रह सकते.) उपर्युक्त कार्य वानप्रस्थ आश्रम में प्रवेश करने के बाद भी करने होते हैं।

वानप्रस्थ आश्रम के विषय में महर्षि दयानन्द जी के विचार

'वानप्रस्थ संस्कार' उसको कहते हैं, जो विवाह से संतानोत्पत्ति करके पूर्ण ब्रह्मचर्य से पुत्र भी विवाह करें, और पुत्र का भी एक सन्तान हो जाय। अर्थात् जब पुत्र का भी पुत्र हो जावे, तब पुरुष वानप्रस्थाश्रम......करे।

श्रद्धापूर्वक ब्रह्मचर्य और गृहाश्रम का अनुष्ठान करके वानप्रस्थ आश्रम अवश्य करना चाहिए। (संस्कारविधि)

वानप्रस्थ जिस से ब्रह्मविद्यादि साक्षात् साधन करने के लिए एकान्त में परमेश्वर का सेवन किया जाता है। (ऋग्वेदादिभाष्यभूमिका, वर्णाश्रमविषयः)

विचार ध्यान और विज्ञान बढ़ाने, तपश्चर्या करने के लिए वानप्रस्थ.....आश्रम है।

(सत्यार्थ प्रकाश 5 समु.)

वानप्रस्थ आश्रम में पालन करने योग्य नियम

1. पूर्ण ब्रह्मचारी रहें। सभी प्रकार के ब्रह्मचर्य का पालन करें।
2. योग का अभ्यास निरंतर करते रहें। विवेक-वैराग्य को प्राप्त कर, अपनी आन्तरिक जीवन की उन्नति करें, जीवन के अंतिम लक्ष्य ईश्वर और मोक्ष की प्राप्ति करके समस्त दुःखों से छूटने का प्रयास करें।
3. अपनी इन्द्रियों को धर्म के निश्चित मार्ग पर चलावें। उन्हें इधर-उधर भटकने न देवें।
4. जितात्मा होवें, कान, आंख आदि इन्द्रियों को अधर्म का आचरण करने से रोकें। सबके प्रति मैत्री का भाव अपने हृदय में बनाए रखें।

5. धर्म के आचरण में द्वन्द्वों को सहन करें (तप), सत्य-शास्त्रों का पढ़ना-पढ़ाना और आत्मनिरीक्षण प्रतिदिन करें।
6. अग्निहोत्र (हवन) के समस्त प्रकार के उपयुक्त सामान को साथ लेकर एकांत, वन आदि में रहते हुए, पंच महायज्ञों को विधिवत् करते रहें।
7. सादा भोजन, सुन्दर शाक मूल, फलों आदि से अपना निर्वाह और पंच महायज्ञों का अनुष्ठान किया करें।
8. लौकिक (नागरिक) आहार, वस्त्र, मकान, व्यवहार आदि का प्रयोग कम से कम करें।
9. प्रतिदिन दान की इच्छा करें, लेकिन दान को लेने की इच्छा न करें।
10. सभी प्राणियों पर दया (अहिंसा) करें।

11. जिन्होंने गृहस्थाश्रम में पर्याप्त धन नहीं कमाया, केवल वे ही मात्र आवश्यकता पूर्ति तक, भिक्षा से निर्वाह करें।
12. वनवासी, विद्वान्, द्विज एवं तपस्वियों अथवा गृहस्थों से भिक्षा लें।
13. एकान्त और हरियाली में निवासरत रहें।
14. जमीन या तख्त पर शयन करें। बहुत कोमल गद्दों का प्रयोग न करें। निवास स्थान और अपने आश्रित मनुष्यों जैसे पुत्र आदि तथा स्वकीय पदार्थों में ममता (मोह) न रखें।
15. सुख देने वाले पदार्थों को पाने का प्रयत्न न करें। अपने राग को क्षीण करने में सदा लगे रहें।
16. वैदिक सिद्धान्तों के अनुसार जीवन बितायें।
17. धर्म, देश व समाज के कल्याण का प्रयास करें।

दर्शन योग धर्मार्थ ट्रस्ट

(धार्मिक, योगाभ्यासी वैदिक विद्वानों के निर्माण संरक्षण हेतु समर्पित संस्था)

प्रवृत्तियाँ :-

1. धार्मिक, योगाभ्यासी, वैदिक, दार्शनिक युवा विद्वानों का निर्माण। यह कार्य आर्यवन, रोजड़, गुजरात तथा महात्मा प्रभु आश्रित कुटिया सुंदरपुर, रोहतक इन दो स्थानों पर चल रहा है।
2. भिन्न-भिन्न स्थानों में भिन्न स्तरों पर साधना आश्रम का निर्माण। यह कार्य कुरुक्षेत्र, हरियाणा में तीन बीघा भूमि में चार साधना कुटिरों के निर्माण के साथ प्रारंभ हो गया है।
3. विभिन्न शिविर :- क्रियात्मक योग प्रशिक्षण शिविर, सरल आध्यात्मिक शिविर, ध्यान योग शिविर, सघन साधना शिविर, सफलता विज्ञान शिविर, किशोर चरित्र निर्माण शिविर, सम्पूर्ण व्यक्तित्त्व विकास शिविर, आत्मोत्थान जागृति शिविर आदि।
4. विभिन्न परिसंवाद, प्रवचनमाला व शंका समाधानः विषयः संतान निर्माण, गृहस्थ जीवन को सुखी कैसे

बनाएँ? कर्मफल सिद्धान्त, तनाव से मुक्ति, ईश्वर का स्वरूप, वेद कथा, मनुस्मृति, दर्शन शास्त्र, उपनिषद आदि शास्त्रों का अध्ययन आदि।
5. साहित्य प्रकाशन एवं वितरण :- वैदिक, आध्यात्मिक साहित्य पुस्तक, पोस्टर, शुभकामना संदेश, सी.डी., सुविचार कलेण्डर आदि का लेखन प्रकाशन तथा निःशुल्क या लागत मूल्य पर वितरण।
6. वार्षिक उत्सव प्रतिवर्ष चैत्र शुक्ल-1 (मार्च/अप्रैल)।
7. दैनिक यज्ञ और यज्ञ प्रशिक्षण शिविर का आयोजन, पर्यावरण शुद्धि, औषधि व वनस्पति/वृक्षारोपण करना व अन्यों को प्रेरित करना।
8. संन्यास, वानप्रस्थ दीक्षा आदि वैदिक संस्कारों का आयोजन। 9. निःशुल्क अन्त्येष्टि संस्कार।
10. इंटरनैट, वैबसाईट, फेसबुक व व्हाट्स एप आदि के माध्यम से प्रेरणा तथा आध्यात्मिक व व्यावहारिक शंकाओं का समाधान।
11. गौवंश संवर्धन हेतु प्रचार तथा सहयोग, निर्धन विकलांग रोगियों को और प्राकृतिक प्रकोपों में सहायता प्रदान करना।